

(3) 日常生活の手続きを助ける

遺族は一家の大黒柱を亡くして、すっかり意気消沈していて、現実的なさまざまな手続きをどのようにしてよいかわからなかったり、そのエネルギーさえ残っていなかったりすることがあります。そこで、たとえば生命保険金の支給申請、学齢期の子どもがいれば奨学金の申請などといった、現実的に生活していくうえでの日常的なさまざまな手続きをするのを具体的に手伝うことも、遺族に対するケアでは、心身のケアとともにとても大切です。

(4) 故人をいつまでも忘れないことを伝える

遺族の悲しみは容易に癒されるものではありません。病死や事故死よりも、その傷が癒えるには長い時間がかかるでしょう。そこで、職場も、自殺が起きた後の対応ばかりでなく、その後も、故人を忘れないでいることを折に触れて遺族に伝えてください。職場の同僚から故人が今でも覚えておいてもらえるということが、遺族にとって最大の励ましになることはしばしば経験します。

